

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Perkembangan teknologi dan informasi di Indonesia saat ini sedang mengalami kemajuan yang sangat pesat. Hal tersebut ditandai dengan kemajuan pada bidang teknologi dan bidang informasi. Bidang teknologi dan informasi tersebut yaitu internet (Ameliola & Nugraha, 2015). Internet bukan hanya digunakan untuk menemukan informasi, tetapi juga sebagai media bersosialisasi masyarakat. Media sosial adalah sekumpulan aplikasi berbasis internet yang berdasarkan pada ideologi dan teknologi Web 2.0 sehingga memungkinkan penciptaan dan pertukaran konten oleh penggunanya (Kaplan & Haenlein, 2010). Waktu rata-rata yang dihabiskan setiap individu untuk menggunakan media sosial semakin meningkat dari tahun ke tahun (Perrin, 2015).

Penggunaan internet khususnya media sosial semakin diminati oleh para remaja di Indonesia. Menurut Hawk et al., (2019) pengguna terbesar media sosial adalah remaja. Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (2020), menyatakan bahwa pengguna internet di Indonesia berjumlah 196,71 juta jiwa atau 73,7% pada tahun 2019-2020. Hal tersebut meningkat dari tahun sebelumnya yang berjumlah 171,17 juta jiwa atau 64,8% pada tahun 2018. Persentase pengguna internet di Kalimantan Selatan pada tahun 2019-2020 berjumlah 3.259.199 penduduk atau 77,3% sedangkan pada tahun 2018 berjumlah 2.822.107 penduduk atau 67,8% dari total populasi. Untuk wilayah Banjarmasin pengguna internet berjumlah 2.388.992,87 penduduk atau 73,3% pada tahun 2019-2020.

Media sosial yang sering digunakan remaja adalah *Facebook, Instagram, WhatsApp, Twitter, YouTube*, dan lain-lain (Fauzi et al., 2019). Media sosial tersebut digunakan remaja untuk berinteraksi dengan orang lain. Manfaat media sosial selain sebagai media interaksi, tetapi juga sebagai bentuk komunikasi, berbagi ide dan informasi, hiburan, serta pengembangan diri (Zurafa & Dewi, 2021). Individu dapat mengembangkan dirinya sebagai bentuk memperoleh pengakuan dari orang lain. Remaja menggunakan media sosial untuk menunjukkan identitas dirinya yang menjadi kebutuhan akan pencarian jati diri. Hal ini sesuai dengan tahapan tugas perkembangan remaja, di mana mengharuskan mereka untuk memiliki konsep diri tentang dirinya (Esa, 2019).

Media sosial memiliki dampak positif maupun negatif. Dampak negatif media sosial yaitu menghilangkan batasan-batasan yang harusnya ada dalam bersosialisasi. Dalam media sosial tidak ada batasan ruang dan waktu, sehingga mereka dapat berkomunikasi kapanpun dan dimanapun mereka berada (Primasti & Sulih, 2017). Adapun dampak positif media sosial yaitu sebagai tempat untuk mencari dan memperluas pertemanan, tempat mencari informasi yang bermanfaat dengan akses yang mudah, serta tempat untuk berbagi foto, informasi, kehidupan sehari-hari, dan lain-lain (Putri et al., 2016).

Media sosial seakan-akan tidak dapat dilepaskan dari kehidupan sehari-hari. Tidak dapat dipungkiri bahwa media sosial mempunyai pengaruh yang besar dalam kehidupan seseorang, khususnya remaja (Cahyono, 2016). Remaja yang tidak dapat mengontrol waktu penggunaan media sosialnya dapat mengalami kecanduan. Hal tersebut akan membuat remaja menjadi sangat tergantung

terhadap media sosialnya, sehingga mereka rela menghabiskan waktu yang lama hanya untuk mencapai kepuasan (Fauziawati, 2015).

Penggunaan media sosial dengan intensitas yang tinggi dapat mengakibatkan turunnya kepercayaan diri seseorang (Ehrenberg et al., 2008). Hal tersebut dapat membuat para remaja akan berlebihan dalam memikirkan postingan yang akan mereka bagikan di laman media sosialnya. Mereka akan memikirkan pandangan orang lain mengenai postingan yang dibagikan, takut mendapatkan komentar negatif dari orang lain, merasa tidak pantas membagikan postingan di media sosial, merasa rendah diri, merasa *insecure* dengan postingan orang lain yang lebih baik dari postingan mereka, dan menilai diri sendiri dengan pandangan negatif, dan sering membandingkan dirinya dengan postingan orang lain (Vogel et al., 2014). Hal itu membuat mereka mengurungkan niat untuk membagikan postingan di jejaring sosial mereka akibat adanya pikiran-pikiran negatif tersebut.

Menurut Erikson (dalam Alwisol, 2016), remaja memiliki tahapan konflik identitas *versus* kebingungan identitas (*identity versus identity confusion*), dimana remaja mulai mengeksplorasi identitas diri dan mengembangkan diri. Dengan menggunakan media sosial, remaja dapat berpartisipasi dalam berbagai macam kegiatan sesuai dengan minatnya dan dapat menemukan jati dirinya. Adanya kemajuan teknologi media sosial saat ini membuat para remaja ingin mempresentasikan dirinya dan membagikan peristiwa kehidupan yang mereka alami dengan orang lain melalui pesan dan foto pribadi. Namun, meskipun media sosial membantu individu untuk tetap *update* tentang apa yang terjadi dengan peristiwa kehidupan teman-teman mereka, mengekspos terlalu banyak konten

yang telah diposting teman di media sosial pasti dapat memicu individu untuk membandingkan diri mereka dengan teman-teman mereka, yang pada akhirnya menyebabkan rendahnya kepercayaan diri (Chou & Edge, 2012).

Rendahnya kepercayaan diri pada remaja disebabkan oleh berbagai hal. Santrock (2012) menjelaskan salah satu yang memengaruhi kepercayaan diri adalah penampilan fisik. Perubahan fisik menimbulkan dampak psikologis yang tidak diinginkan. Kebanyakan remaja lebih banyak memperhatikan penampilan mereka dibanding aspek lain dalam diri mereka, dan banyak di antara mereka yang tidak suka melihat bayangan dirinya saat berada di depan cermin.

Berdasarkan hasil penelitian Farida et al., (2014) pada remaja menunjukkan bahwa 25% kepercayaan diri remaja berada pada kategori sedang, sementara 75% kepercayaan diri remaja berada pada kategori rendah. Sejalan dengan hasil penelitian Amri, (2018) menemukan bahwa 15.38% siswa berada dalam kategori kepercayaan diri kurang, 75% siswa berada dalam kategori kepercayaan diri cukup, dan 9.62% siswa berada dalam ketegori kepercayaan diri baik. Berdasarkan dari hasil penelitian yang telah dilakukan tersebut terlihat bahwa kepercayaan diri remaja berada pada kategori sedang bahkan tergolong rendah.

Kepercayaan diri merupakan suatu keyakinan yang dimiliki oleh seseorang kepada dirinya sendiri, dan akan timbul karena adanya sikap positif terhadap kemampuannya (Ramadhani & Putrianti, 2017). Menurut Mardatillah (dalam Syam & Amri, 2017), seseorang akan memiliki kepercayaan diri yang baik jika mengenal dengan baik kekurangan dan kelebihan yang dimilikinya, tidak akan

menyalahkan orang lain atas kegagalan yang dialaminya, dan selalu berfikir positif dalam hal apapun.

Kepercayaan diri berasal dari proses pembentukan identitas. Identitas diri yang baik akan menghasilkan kepercayaan diri yang tinggi. Sedangkan identitas yang buruk dapat menurunkan kepercayaan diri seseorang (Stets & Burke, 2014). Kepercayaan diri dapat memengaruhi kemampuan seseorang dalam berkomunikasi serta berinteraksi dengan orang lain. Kepercayaan diri dapat memengaruhi komunikasi interpersonal artinya kepercayaan diri juga memengaruhi cara remaja dalam berkomunikasi di media sosial (Annisa et al., 2020).

Media sosial dapat memengaruhi kepercayaan diri penggunanya dan juga dapat memengaruhi perasaan seseorang terutama remaja terhadap penampilannya. Menghabiskan waktu di media sosial dan memajang *swafoto* membuat seseorang akan menurunkan rasa kepercayaan dirinya terhadap bentuk tubuhnya. Seperti penelitian yang menghubungkan antara kepercayaan diri dan media sosial yang pertama kali dilakukan di *University of Strathclyde*, *Ohio University* dan *University of Iowa* melakukan survey atas 881 pelajar di Amerika Serikat (Pikiran Rakyat, dalam Azizan, 2016). Berdasarkan penelitian ini, ditentukan bahwa adanya hubungan yang signifikan antara waktu yang dihabiskan untuk bermedia sosial dengan membandingkan dirinya secara negatif. Munculnya perbandingan diri dengan orang lain berasal dari melihat konten pengguna lainnya kemudian membandingkan dengan konten sendiri atau dengan keadaan diri sendiri. Perbandingan yang timbul ialah membandingkan antara kelemahan diri dengan

kelebihan yang dimiliki oleh para pengguna media sosial lainnya (Chou & Edge, 2012).

Media sosial menjadi media komunikasi interpersonal yang sangat bergantung terhadap karakter penggunanya. Media sosial yang digunakan secara berlebihan dapat mengakibatkan dampak buruk berupa bertambahnya komunikasi secara tidak langsung (*non-face to face communication*) (Annisa et al., 2020). Media sosial yang dilakukan dengan secara tidak langsung dapat memengaruhi kepercayaan diri. Media sosial sering memberikan informasi-informasi yang kurang baik sehingga dapat menghambat rasa percaya diri. Media sosial sering menampilkan kelebihan yang dimiliki seseorang melalui bentuk tubuh yang ideal. Hal tersebut dapat memberikan efek yang sangat besar dalam memengaruhi kepercayaan diri, terutama bagi remaja yang sedang dalam pencarian identitas diri (Fitri et al., 2018).

Individu dengan kepercayaan diri yang tinggi, dapat diartikan pula memiliki evaluasi diri yang positif, perasaan, penghargaan serta penerimaan diri yang positif. Sementara kepercayaan diri yang rendah diartikan dengan evaluasi diri yang negatif, perasaan rendah diri, dan membenci diri sendiri (Hasmayni, 2014). Seseorang dengan kepercayaan diri yang tinggi berani untuk berkomunikasi secara langsung, berbanding terbalik dengan individu yang mempunyai kepercayaan diri rendah mereka akan cenderung takut atau tidak bisa mempertahankan komunikasi secara langsung pada waktu yang lama (Annisa et al., 2020). Kepercayaan diri yang tinggi pada masa kanak-kanak akan turun selama masa remaja kemudian naik secara bertahap sepanjang masa dewasa

sebelum cenderung menurun di usia tua (Robins & Trzesniewski, 2005). Pada masa remaja merupakan masa pencarian jati diri sehingga dapat memengaruhi kepercayaan diri remaja tersebut, dan pada usia tua kepercayaan diri tersebut akan menurun yang disebabkan oleh perkembangan dan pertumbuhan yang menurun di masa tua (Esa, 2019).

Kepercayaan diri yang berbeda-beda di setiap individu pada usia remaja ini akan berpengaruh terhadap intensitas penggunaan media sosial mereka. Dalam penggunaan media sosial, remaja cenderung memiliki sikap yang berbeda-beda, karena mereka memiliki pengalaman, motif, perilaku serta tipe kepribadian yang cukup berbeda dalam menggunakan media sosial (Widiantari & Herdiyanto, 2013).

Menurut Horrigan (2000), ada dua hal mendasar yang wajib diamati untuk mengetahui intensitas penggunaan media sosial seseorang, yakni frekuensi media sosial yang sering kali digunakan dan lama menggunakan tiap kali mengakses media sosial yang dilakukan oleh penggunanya. Jadi untuk melihat intensitas penggunaan media sosial dapat ditinjau dengan frekuensi dan waktu saat mengakses media sosial (durasi).

Peningkatan intensitas penggunaan media sosial menciptakan bentuk-bentuk hubungan yang berbeda dengan sebelumnya. Intensitas penggunaan media sosial merupakan keterlibatan seseorang terkait aktivitas penggunaan media sosial seperti frekuensi menggunakan media sosial, lama penggunaan media sosial dalam sekali akses dan jumlah pertemanan yang dibentuk (Pratama & Parmadi, 2019).

Berdasarkan hasil penelitian Annisa et al. (2020) didapatkan bahwa kepercayaan diri dan intensitas penggunaan media sosial aplikasi *WhatsApp* pada mahasiswa Program Studi Pendidikan Dokter Universitas Sebelas Maret Surakarta Angkatan 2018 memiliki hubungan negatif yang kuat. Artinya, intensitas penggunaan media sosial *WhatsApp* juga dapat memengaruhi tingkat kepercayaan diri maupun sebaliknya. Semakin tinggi tingkat kepercayaan diri seseorang maka semakin rendah intensitas penggunaan media sosial seseorang. Berkaitan dengan penelitian tersebut, Evelin dan Adishesa (2020) menyatakan terdapat hubungan negatif yang relevan antara intensitas penggunaan Instagram dengan kepercayaan diri remaja. Hal ini dapat diartikan bahwa semakin tinggi intensitas penggunaan Instagram maka akan semakin rendah kepercayaan diri remaja. Ranjani dan Fauzi (2018) dalam penelitiannya menemukan bahwa adanya pengaruh sosial media terhadap kepercayaan diri siswa dalam bergaul di SMA Azharyah Palembang. Artinya, dengan menggunakan sosial media siswa berani membuka diri dan lebih mudah membuka diri khususnya dalam berkomunikasi dan mencurahkan perasaannya. Penelitian lain oleh Dalila et al., (2021) menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara intensitas penggunaan media sosial instagram dengan harga diri pada mahasiswa S1 angkatan 2019 Universitas Malahayati. Hal ini dapat diartikan bahwa semakin tinggi intensitas penggunaan media sosial instagram maka semakin tinggi pula harga diri seseorang. Berdasarkan penelitian-penelitian terdahulu dapat disimpulkan bahwa penggunaan media sosial berpengaruh terhadap kepercayaan diri dan harga diri individu.

Peneliti melakukan studi pendahuluan dengan seorang subjek berinisial NN yang berjenis kelamin perempuan berusia 21 tahun yang dilakukan pada tanggal 27 September 2021. Berdasarkan hasil wawancara tersebut diperoleh informasi dari subjek NN yang sering menggunakan media sosial seperti *Whatsapp*, *Instagram*, *Telegram*, *Twitter* dan *TikTok*. Alasan mengapa subjek NN menggunakannya adalah sebagai sarana informasi dan hiburan. Rata-rata waktu yang dihabiskan subjek NN dalam sehari kurang lebih 15 jam.

Subjek NN merasa dirinya tidak pantas untuk mengunggah sesuatu di media sosialnya, seperti foto maupun video. Subjek NN akan terus berpikir secara berulang kali mengenai foto yang akan dipostingnya di media sosial dan pada akhirnya subjek NN memposting fotonya tersebut namun keesokan harinya subjek NN akan mengarsipkan atau menghapus postingan foto tersebut, karena takut mendapatkan tanggapan yang tidak diinginkannya seperti komentar negatif dari teman-teman media sosial nya.

Subjek NN merasa rendah diri karena subjek NN merasa teman-temannya di media sosial lebih dari dirinya. Subjek NN merasa bahwa dirinya tidak memiliki kelebihan atau kemampuan yang menonjol dari dalam dirinya, sehingga membuat subjek NN selalu berpandangan negatif terhadap dirinya sendiri. Hal tersebut berdasarkan pada aspek kepercayaan diri yaitu keyakinan akan kemampuan diri.

Subjek NN menjelaskan bahwa dirinya selalu berpikiran negatif dengan dirinya sendiri, karena tidak memiliki kelebihan yang harus dibanggakan kepada orang lain. Seperti para pengguna media sosial lainnya yang sering membanggakan kelebihan-kelebihan yang dimilikinya. Selain itu, subjek NN juga

menjelaskan bahwa dia bukan seorang yang bisa menerima komentar-komentar negatif yang diberikan kepadanya dari teman-teman media sosialnya. Oleh karena itu, memposting foto maupun video dirinya di media sosial dapat mempengaruhi penilaian diri subjek NN.

Peneliti juga melakukan wawancara dengan subjek lain berinisial SEP yang berjenis kelamin perempuan berusia 21 tahun yang dilakukan pada tanggal 29 September 2021. Berdasarkan hasil wawancara tersebut diperoleh informasi dari subjek SEP yang aktif menggunakan media sosial seperti *Instagram* dan *WhatsApp*. Subjek SEP menggunakan media sosialnya sebagai media hiburan untuk dirinya dengan waktu penggunaan media sosial kurang lebih 15 jam dalam sehari.

Subjek SEP merasa saat dia akan mengunggah sesuatu seperti foto maupun video di media sosialnya dia akan mendapatkan komentar-komentar negatif dari teman-teman media sosialnya. Hal itu membuat subjek SEP terkadang menyembunyikan postingan tersebut dari teman-temannya dan hanya membagikan postingan tersebut ke keluarganya saja. Subjek SEP mengatakan akan merasa kesepian jika dalam satu hari tidak menjelajah media sosial terutama *Instagram*.

Subjek SEP juga mengatakan bahwa dirinya sering mengikuti *fashion* yang sedang ramai digunakan oleh orang-orang di media sosialnya. Subjek SEP merasa dirinya hanya memiliki kekurangan dan sedikit sekali kelebihan yang dimiliki, kelebihan tersebut pun bukan kelebihan yang menonjol dari dalam dirinya, sehingga membuat subjek SEP merasa khawatir dengan kurangnya kelebihan

yang dimilikinya. Oleh karena itu, akibat penggunaan media sosial yang relatif tinggi membuat penilaian diri subjeK SEP menjadi negatif yang sejalan dengan aspek keyakinan akan kemampuan diri dalam kepercayaan diri.

Peneliti juga melakukan wawancara dengan subjek lain berinisial DAS yang berjenis kelamin perempuan berusia 19 tahun yang dilakukan pada tanggal 17 Desember 2021. Berdasarkan hasil wawancara tersebut diperoleh informasi dari subjek DAS yang aktif menggunakan media sosial seperti *Instagram*, *WhatsApp*, *YouTube*, dan *TikTok*. Subjek DAS menggunakan media sosial sebagai media hiburan dan mencari informasi dengan waktu penggunaan media sosial kurang lebih 12 jam dalam sehari.

Subjek DAS merasa dirinya tidak memiliki kelebihan, subjek DAS merasa dirinya banyak memiliki kekurangan. Kekurangan tersebut membuat subjek DAS selalu mengikuti *tren* berpakaian di media sosial, agar orang lain merasa kagum dengan pakaian dan aksesoris yang digunakannya. Hal tersebut termasuk dalam aspek kepercayaan diri yaitu keyakinan akan kemampuan diri.

Saat subjek DAS melihat orang lain yang lebih baik daripada dirinya sendiri, maka hal tersebut akan membuat subjek DAS berpandangan negatif tentang dirinya. Oleh karena itu membuat subjek DAS sulit bersosialisasi dengan orang-orang baru dikenalnya. Selain itu, subjek DAS kadang tidak dapat menerima kenyataan jika orang lain bisa melakukan yang tidak bisa dilakukannya, maka subjek DAS akan marah pada dirinya sendiri. Hal tersebut dapat membuat kepercayaan diri yang dimiliki subjek DAS berkurang, yang sejalan dengan aspek kepercayaan diri.

Peneliti juga melakukan wawancara dengan subjek lain berinisial M yang berjenis kelamin perempuan berusia 17 tahun yang dilakukan pada tanggal 18 Desember 2021. Berdasarkan hasil wawancara tersebut diperoleh informasi dari subjek DAS yang aktif menggunakan media sosial seperti *Instagram*, *WhatsApp*, *Twitter* dan *Facebook*. Media sosial digunakan subjek M sebagai media informasi dan media bersosialisasi dengan waktu penggunaan media sosial kurang lebih 12 jam dalam sehari.

Subjek M menyatakan bahwa dirinya tidak memiliki kelebihan dan hanya memiliki banyak kekurangan, subjek M merasa iri saat melihat seseorang memiliki wajah yang cantik tanpa masalah di wajahnya, karena subjek M merasa malu dengan masalah yang ada di wajahnya. Rasa malu tersebut membuat subjek M tidak bisa membuka obrolan dengan orang baru yang disebabkan oleh masalah yang ada di wajahnya dan tidak memiliki gaya berpakaian yang kekinian seperti teman-temannya, oleh karena itu subjek M beranggapan bahwa mereka tidak ingin berteman dengannya. Hal tersebut termasuk dalam kepercayaan diri dengan aspek keyakinan akan kemampuan dirinya.

Subjek M akan selalu berpandangan negatif tentang dirinya ketika berbicara dengan seseorang yang memiliki wajah yang lebih cantik darinya dan memiliki *public speaking* yang baik. Hal-hal tersebut membuat subjek M akan membandingkan dirinya dengan orang tersebut. Hal tersebut dapat mengurangi rasa kepercayaan diri subjek M karena selau membandingkan dirinya dengan orang lain yang mana sejalan dengan aspek kepercayaan diri.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan dengan mewawancarai 4 orang subjek berinisial NN, SEP, DAS dan M ditemukan bahwa kepercayaan diri mereka dipengaruhi oleh seberapa sering mereka menggunakan media sosial, dengan waktu penggunaan media sosial mereka kurang lebih 12-15 jam dalam sehari.

Berdasarkan hasil dari fenomena yang ada serta studi pendahuluan yang dilakukan, peneliti tertarik untuk meneliti pengaruh intensitas penggunaan media sosial terhadap kepercayaan diri pada remaja di Banjarmasin. Saat ini pengguna terbesar media sosial ialah remaja, hal ini membuat para remaja lebih banyak menghabiskan waktunya dengan berinteraksi maupun berkomunikasi menggunakan media sosial. Remaja menggunakan media sosialnya untuk mencari jati diri, hal tersebut merupakan salah satu tahap perkembangan pada masa remaja. Jika remaja tidak menemukan jati dirinya hal tersebut akan berpengaruh terhadap kepercayaan dirinya. Kepercayaan diri juga dapat memengaruhi penggunaan media sosial para remaja.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang permasalahan di atas, maka dapat dirumuskan permasalahan yang akan diteliti yaitu apakah ada pengaruh intensitas penggunaan media sosial terhadap kepercayaan diri pada remaja di Banjarmasin?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas, maka tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini yaitu untuk mengetahui pengaruh intensitas penggunaan media sosial terhadap kepercayaan diri pada remaja di Banjarmasin.

D. Manfaat Penelitian

Berdasarkan tujuan penelitian di atas, maka manfaat yang diharapkan dapat memberikan manfaat teoritis dan manfaat praktis.

1. Manfaat Teoritis

Dapat memberikan wawasan dan pengetahuan tentang psikologi, khususnya psikologi perkembangan dan psikologi sosial.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi penulis selanjutnya, menambah pengalaman serta pengetahuan dalam melakukan penelitian.
- b. Bagi Universitas, menambah informasi mengenai pengaruh intensitas penggunaa media sosial terhadap kepercayaan diri pada remaja di Banjarmasin, yang dapat digunakan sebagai acuan dalam ilmu psikologi.

C. Bagi masyarakat, memberikan informasi serta wawasan mengenai pengaruh intensitas penggunaan media sosial terhadap kepercayaan diri remaja di Banjarmasin.